

## Prävention und Therapie mit Nährstoffen bei Krebserkrankungen

### Kurzabstract von Dipl. oec. Troph. Uta C. Wandelt zum Vortrag:

Zur Prävention von Krebserkrankungen tragen gesunde Lebensgewohnheiten bei. Dazu gehören die Ernährung, der Lebensstil, die Bewegung und Entspannung. Bei der Ernährung sind präventiv wirksame von potentiell die Krebsentstehung fördernde Ernährungsweisen zu unterscheiden.



Die Ernährung kann auch bei einer Krebserkrankung den Verlauf positiv beeinflussen. Ein typisches Symptom ist die Mangelernährung, sie verringert die Prognose und kann die Erfolge notwendiger Therapien beeinträchtigen. Die Ernährungstherapie bei Tumorpatienten hat das Ziel, den Ernährungszustand zu stabilisieren, möglichst zu verbessern und entsprechende Verschlechterungen aufzuhalten oder zumindest zu verzögern. Sie soll den Allgemeinzustand, die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden der Patienten fördern. Dies lässt sich durch gezielte Ernährungsempfehlungen und Nährstoffergänzungen erreichen.

Bei Krebspatienten weichen die Makro- und Mikronährstoff-Empfehlungen von den allgemeinen Ernährungsempfehlungen ab. Fette und Proteine sind auf Kosten der Kohlenhydrate zu erhöhen. Mikro-Nährstoffe haben eine besondere Bedeutung bei den Folgen der Tumorbildung sowie der Tumoranorexie und -kachexie.

Ganz bestimmte Nährstoffe zählen zu den kritischen bei der Krebstherapie und sind in Form einer begleitenden Maßnahme eine wichtige Ergänzung. Diese „kritischen“ Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Aminosäuren, Enzyme und sekundäre Pflanzenstoffe unterstützen das Immunsystem, wirken entzündungshemmend, antioxidativ, antimutagen und antikanzerogen.

Abhängig von der Ernährungsform (oral, enteral, parenteral) und Symptomen wie Appetitlosigkeit, Gewichtsverlust, Übelkeit/Erbrechen, Mundtrockenheit, Schleimhautreizungen, Diarrhoe und Obstipation sind außerdem im Alltag praktikable Tipps und Anregungen für den Patienten hilfreich.

### Kurzvita:

Uta C. Wandelt: Seit 13 Jahren Diplom-Oecotrophologin und seit 9 Jahren im Bereich der Nährstoff-Therapie beratend tätig.